

# Fomento de una Cultura en Salud Ocupacional en el Ámbito Escolar

**Libreta de actividades para el estudiante**

**Para Grado 1°**



Ministerio de la Protección Social  
República de Colombia

Universidad  
Industrial de  
Santander





**Fomento de una Cultura en Salud Ocupacional en el Ámbito Escolar**  
Libreta de Actividades para Estudiantes de Primer Grado

**Autores**

*Organización y redacción final del texto:*  
Jacqueline Hernández Sánchez

*Aportes en los contenidos:*  
Equipo Técnico de la UIS (Instituto Proinapsa y Escuela de Educación)

**Directores del proyecto**  
Blanca Patricia Mantilla Uribe  
Directora Instituto Proinapsa UIS  
proinaps@uis.edu.co

César Augusto Roa  
Director Escuela de Educación UIS  
educac@uis.edu.co

Ministerio de la Protección Social

Bogotá, D. C., 2007 - Imprenta Nacional de Colombia

© Queda prohibida la reproducción parcial o total de este documento, por cualquier medio escrito o visual, sin previa autorización del Ministerio de la Protección Social.

**Interventora del proyecto**  
Gloria María Maldonado R.







**Ministerio de la Protección Social**  
República de Colombia

**DIEGO PALACIO BETANCOURT**

Ministro de la Protección Social

**CARLOS JORGE RODRÍGUEZ RESTREPO**

Viceministro Técnico

**BLANCA ELVIRA CAJIGAS DE ACOSTA**

Viceministra de Salud y Bienestar

**ANDRÉS FERNANDO PALACIOS CHAVERRA**

Viceministro de Relaciones Laborales

**ROSA MARÍA LABORDE CALDERÓN**

Secretaria General

**ANA MARÍA CABRERA VIDELA**

Directora General de Riesgos Profesionales



**JAIME ALBERTO CAMACHO**

Rector

**BLANCA PATRICIA MANTILLA URIBE**

Directora Instituto Proinapsa UIS

**CÉSAR AUGUSTO ROA**

Director Escuela de Educación UIS

Universidad  
Industrial de  
Santander



**NIEVES Z. FLÓREZ GARCÍA**

Coordinadora del Proyecto

**MARTHA LUCÍA MENDOZA ALBA**

**LAURA ISABEL RODRÍGUEZ SERRANO**

**JACQUELINE HERNÁNDEZ SÁNCHEZ**

**MERCEDES LARROTTA DE BALLESTEROS**

**ALBA YANETH RINCÓN MÉNDEZ**

**ALBA MILENA ORDUZ TARAZONA**

**ANA MARÍA CARVAJAL ROJAS**

**MAVELIA LEAL SANJUÁN**

**ANA CECILIA SALAS CARRILLO**

**FABIO JESÚS MEJÍA CASTELLANOS**

**JOSÉ DOMINGO JAIMES**

Equipo Técnico del Proyecto







Al terminar esta actividad yo podré:  
Reconocer las dimensiones que conforman  
mi ser integral

# actividad

Expresiones de mi ser

## Expresiones de mi ser

En cada uno de los siguientes cuadros dibuja una acción que realices en tu hogar y se relacione con cada una de tus dimensiones como ser integral.

Mental

Emocional

Espiritual

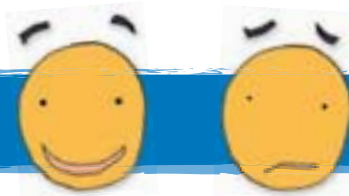
Social

Física o biológica

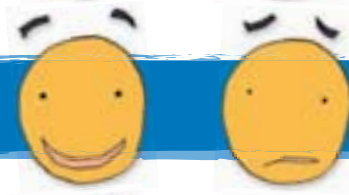
**Para evaluar la actividad:**

Marca con una equis (X) en la alternativa de respuesta que consideres, según la pregunta.

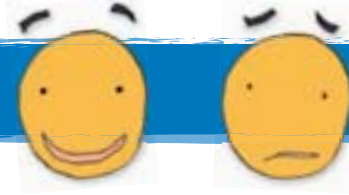
¿Comprendí el tema trabajado?



¿Aplicaré lo aprendido?



Con el tema trabajado me sentí





Al terminar esta actividad yo podré:  
Reconocer las normas de convivencia  
escolar y participar en su construcción  
y modificación.

# actividad Sana convivencia

## Sana convivencia

¿Qué normas escolares te recuerdan cada una de las siguientes imágenes? Escribe tu respuesta al frente de cada una de ellas.



[Empty rounded rectangular box for writing]



[Empty rounded rectangular box for writing]

Las normas de convivencia las puedo aplicar así en:

**Mi colegio:**

[Five horizontal lines for writing]

**Mi casa:**







[Five horizontal lines for writing]

**La calle:**

[Five horizontal lines for writing]

**Para evaluar la actividad:**

Marca con una equis (X) en la alternativa de respuesta que consideres, según la pregunta.

¿Comprendí el tema trabajado?		
¿Aplicaré lo aprendido?		
Con el tema trabajado me sentí		



Al terminar esta actividad yo podré:  
Reconocer las partes del cuerpo humano y cómo cuidarlo.

# actividad Dibujo mi cuerpo

## Dibujo mi cuerpo

### La Ronda Tacatá:

Yo muevo mi cabeza, tacatá, tacatá  
Muevo mi brazo, tequeté, tequeté  
Muevo el otro, tiquití, tiquití  
Salto en el suelo, tocotó, tocotó  
Me quedo quieto(a), tucutú, tucutú

### ¿Con cuál me identifico?

Colorea con verde los círculos de las imágenes que representan acciones que son buenas para tu cuerpo, y con color rojo las que son dañinas.



Respirar aire puro



Comer mientras juego



Dormir bien








Estar en lugares contaminados



**Para evaluar la actividad:**

Marca con una equis (X) en la alternativa de respuesta que consideres, según la pregunta.

¿Comprendí el tema trabajado?		
¿Aplicaré lo aprendido?		
Con el tema trabajado me sentí		





Al terminar esta actividad yo podré:  
Identificar cada una de las partes que conforman mi cuerpo y las acciones que debo realizar para su cuidado.

# actividad

El cuidado de mi cuerpo

## El cuidado de mi cuerpo

I. Marca con una equis (X) la respuesta que consideres correcta:

1. Algo perjudicial para mi cuerpo y que no debo hacer es:

- A\_\_\_ Comer sin lavarme las manos.
- B\_\_\_ Comer despacio.
- C\_\_\_ Cepillarme los dientes.

2. Después de cada comida debo:

- A\_\_\_ Ir al baño.
- B\_\_\_ Cepillarme los dientes.
- C\_\_\_ Jugar en el parque.

3. Las partes del cuerpo son:

- A\_\_\_ Cabeza, tronco, huesos.
- B\_\_\_ Intestino grueso, cabeza, órganos de los sentidos.
- C\_\_\_ Cabeza, tronco, extremidades.

4. Es conveniente para el cuidado de mi cuerpo:

- A\_\_\_ Introducir objetos en los oídos.
- B\_\_\_ Evitar ruidos fuertes.
- C\_\_\_ Ver televisión cerca de la pantalla.

II. Escribe tres medidas protectoras o preventivas que puedas realizar para cuidar tu cuerpo.

---

---

---

---

---

---

---




---

---

---

**Para evaluar la actividad:**

Marca con una equis (X) en la alternativa de respuesta que consideres, según la pregunta.

¿Comprendí el tema trabajado?		
¿Aplicaré lo aprendido?		
Con el tema trabajado me sentí		



Al terminar esta actividad yo podré:  
Reconocer las figuras geométricas que  
están en mi colegio o escuela.

## actividad Diseño de mi colegio o escuela

### Diseño de mi colegio o escuela

Completa el siguiente cuadro:

Figuras	Números de lados	Nombre
	4	
		Cuadrado
	3	



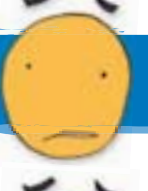

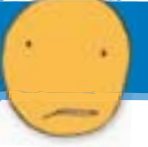
Relaciona cada una de las siguientes figuras con un lugar de tu colegio o escuela:





**Para evaluar la actividad:**

Marca con una equis (X) en la alternativa de respuesta que consideres, según la pregunta.

¿Comprendí el tema trabajado?		
¿Aplicaré lo aprendido?		
Con el tema trabajado me sentí		



Al terminar esta actividad yo podré:  
Reconocer la importancia de escuchar  
y respetar al interlocutor.

## actividad ¡Que fácil es comunicarnos!

### ¡Que fácil es comunicarnos!

Observa y escribe el mensaje de cada expresión del lenguaje.

¿Qué día de la semana representa el siguiente jeroglífico?



T T T  
T T

---

¿Qué te indica cada uno de los siguientes signos?



---

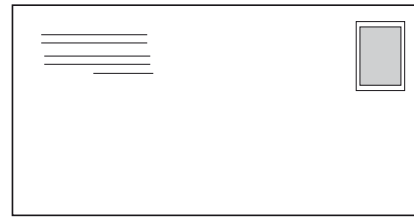
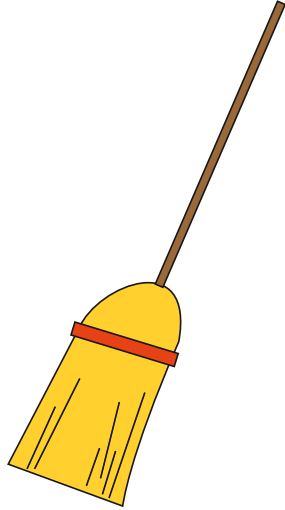
---

---

Escoge el dibujo que corresponde a la adivinanza.

Viaja por aire,  
viaja por mar,  
no tiene lengua  
y sabe hablar.

Salgo de la sala,  
voy a la cocina,  
meneando la cola,  
como una gallina.









Escribe un mensaje a partir de este dibujo.



**Para evaluar la actividad:**

Marca con una equis (X) en la alternativa de respuesta que consideres, según la pregunta.

¿Comprendí el tema trabajado?		
¿Aplicaré lo aprendido?		
Con el tema trabajado me sentí		







Esta publicación se ha desarrollado en el marco del convenio firmado entre el Ministerio de la Protección Social de Colombia y la Universidad Industrial de Santander, para el diseño del Programa Nacional “Fomento de una Cultura en Salud Ocupacional en Instituciones Educativas de Básica y Media, en el marco de la Estrategia Escuelas Saludables”. La ejecución estuvo a cargo del Instituto Proinapsa UIS y la Escuela de Educación de la UIS, durante el año 2006.

**Ministerio de la Protección Social**  
**Dirección General de Riesgos Profesionales**  
**Cra. 13 No. 32-76 piso 15. Bogotá, D. C.**  
**Teléfono: 330 50 00 ext. 1536**  
**Línea Atención al Usuario desde Bogotá: 3305000 exts. 3380-3381**  
**Resto del país: 018000 910097**  
**Página web: [www.minproteccionsocial.gov.co](http://www.minproteccionsocial.gov.co)**  
**[www.fondoriesgosprofesionales.gov.co](http://www.fondoriesgosprofesionales.gov.co)**  
**Correo electrónico: [atencionalciudadano@minproteccionsocial.gov.co](mailto:atencionalciudadano@minproteccionsocial.gov.co)**